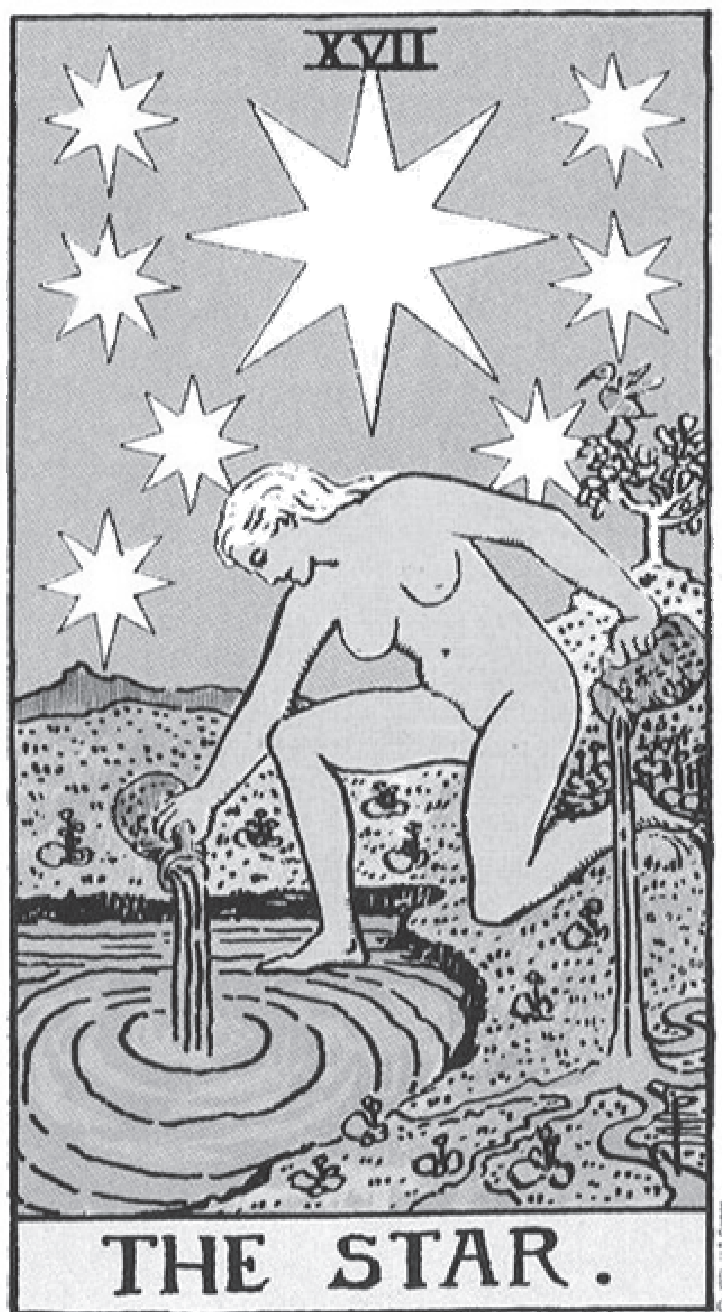
Società Italiana per lo Studio degli Stati di Coscienza

Italian Society for the Study of The States of Counciousness

Numero diciassette

Settembre 2007

BOLLETTINO D'INFORMAZIONE

BOLLETTINO D ' INFORMAZIONE DELLA SOCIETA ' ITALIANA PER LO STUDIO DEGLI STATI DI COSCIENZA (SISSC)

CASELLA POSTALE— 10094 GIAVENO (TORINO)

A cura del Consiglio Direttivo della SISSC

Tutti i contributi, le comunicazioni,le recensioni,le lettere da pubblicare sul **bollettino d ' informazione** vanno inviate a

SISSC - CASELLA POSTALE— 10094 GIAVENO (TORINO)

Gli scritti (preferibilmente su supporto magnetico in formato ASCII) possono essere scritti in lingua italiana,inglese, francese o spagnola.

Il consiglio direttivo SISSC si riserva l'accettazione dei contributi.

I punti di vista qui espressi sono quelli degli Autori che non riflettono necessariamente le opinioni della SISSC.

La quota associativa per il 2007 è di euro 40,00 annui (Anno solare) e da' diritto alla partecipazione gratuita o scontata a tutte le manifestazioni **SISSC**, all'abbuono delle spese di spedizione sugli acquisti per corrispondenza o allo sconto (10%) sugli acquisti del materiale **SISSC** su banchetti allestiti nel corso di manifestazioni e incontri

Oltre alle facilitazioni di cui sopra il socio ha diritto a ricevere la Rivista ALTROVE e tutte le pubblicazioni **SISSC**.

La quota dovrà essere versata a:

SISSC c/o Il Mandala,

STRADALE BAUDENASCA 17– 10064 PINEROLO (TO),

Che è successo al sito SISSC?

ovvero

STORIA DISINVOLTA DI UNA REPRESSIONE

E' una limpida mattina (almeno a queste latitudini) dell'insolitamente tiepido gennaio 2007: martedì 16 gennaio, per essere precisi. Con le migliori disposizioni di spirito mi accingo a lavorare un po' sul sito web della SISSC: c'è sempre qualcosa da aggiornare, qualche collegamento da ricontrollare o qualche pagina da migliorare, possibilmente, nel suo aspetto grafico. Il modem ronza, emette volenteroso i suoi grugniti psicopompi che accompagnano l'entrata nell'altrove della realtà telematica (…ma la "Realtà" esiste davvero?) e … ZAM! … quel sorso di caffé che stava appena oltrepassando il mio velo pendulo me lo sbrodolo nella tazzina come fosse una tipica rimessa dal fondo accompagnata da tutti gli insulti della curva Nord!

Un inusitato picco di adrenalina si spara a "flash" nelle più remote diramazioni del mio sistema nervoso - cosa che renderebbe anche superfluo un accanimento nell'azione del quotidiano dosaggio caffeinico- ma meccanicamente persisto nell'azione, ingollando nuovamente di botto la pozione semi-incandescente mentre gli occhi mi si aprono a paracadute sopra una scritta velenosa su sfondo azzurro apparsa inaspettata sullo schermo del computer :

"SITO SOTTOPOSTO A SEQUESTRO PER ORDINE DELL'AUTORITÀ GIUDIZIARIA"

(se volete vederla c'è ancora, basta collegarsi a http://www.psicoattivo.it/)

Inutile dire che il primo refolo di respiro che riesce a uscirmi dai polmoni non intesse propriamente lodi alle divinità: che porkz💣☠* sta succedendo!?!?

Febbrilmente mi accendo 4 sigarette in un colpo solo e inizio a smanettare alternativamente tra i tasti del telefono e quelli della tastiera, cercando nel medesimo tempo di contattare chi potrebbe saperne di più su quello che sta accadendo e di diffondere la brutta notizia in giro, mentre la stanza si "impadanisce" all'istante di una nicotinica nebbia grigio-azzurra che fa a cazzotti con il tripudio di sole fuori dalla finestra (ma che c'entra la Padania? chissà? …aspettate e vedrete!...)

Passano alcune ore nervose e finalmente riesco a parlare con L. , l'owner di Psicoattivo, il dominio sequestrato che ospita il sito della SISSC e in due parole mi fa capire che anche lui è completamente all'oscuro di tutto : "non aggiorno il sito da febbraio scorso – mi dice - (un anno!), ma a parte materiale informativo simile a quello di tanti siti pubblicati in varie lingue sul web non c'è nient'altro.. anzi, in pratica la massima parte delle pagine edite non sono che la traduzione italiana di documenti circolanti liberamente da anni in Rete".

OK, rimaniamo d'accordo di aspettare che la Polizia Postale notifichi qualcosa e nel frattempo cerchiamo supporto legale inviando agli Antiproibizionisti, già allertati da alcuni nostri volenterosi "fiancheggiatori" (…si capisce l'ironia di quest'ultima parola?) a cui avevo comunicato la ferale notizia, la mail che segue:

"Grazie per la vostra offerta di assistenza legale in merito al sequestro del sito.

Vi comunico che sino a questo momento non ho notizie di alcuna comunicazione formale, da parte della Polizia, sul perché del provvedimento; personalmente non sono l'intestatario di "Psicoattivo", bensì un membro della SISSC (Società Italiana per lo Studio degli Stati di Coscienza) che recentemente ha trasferito sul sito sequestrato la homepage della Società. Psicoattivo, negli ultimi 5 anni, dava ospitalità a 3 o 4 pagine personali differenti, ma da tempo (almeno un paio d'anni) queste non sono più state aggiornate e in pratica sono rimaste "congelate" in quello spazio internet. Soltanto lo spazio SISSC era attivo, dal momento che si è trasferita sul sito non più di 3 mesi fa. Penso che già conosciate la nostra attività statutaria (indicata anche sul sito specifico della nostra rivista ALTROVE www.altrove-sissc.org) la quale prevede come fine lo studio, lo scambio di informazioni e la ricer-

ca sui molteplici aspetti degli stati di coscienza, ma che non ha MAI incoraggiato un utilizzo delle sostanze psicoattive, semmai - al contrario- si è sovente espressa criticamente nei confronti dell'uso disinformato e "banale" delle stesse.

Se la censura poliziesca e giudiziaria nei confronti del sito fosse stata indirizzata proprio per colpire il sito SISSC, saremmo di fronte ad un gravissimo atto di repressione contro la libertà di stampa, di informazione e conoscenza senza precedenti in Italia.

Mi chiedo se voi - in quanto staff legale - potreste risalire alle motivazioni del provvedimento repressivo contattando la Polizia Postale;

il Proprietario del sito si sta muovendo in questo senso, ma al momento pare non abbia ottenuto alcun riscontro (la società proprietaria del server - Aruba- gli ha comunicato di non sapere nulla al riguardo).

Altra domanda, quali ulteriori conseguenze legali si accompagnano normalmente al sequestro di un sito? (diffida, denuncia, rinvio a giudizio?)

Ringraziandovi per l'interessamento resto in attesa di un vostro riscontro…ecc.ecc. "

Nei giorni seguenti, mentre anche le Agenzie di stampa divulgano la notizia, un paio di siti offrono ospitalità a Psicoattivo e diversi altri, in Italia e all'estero, riportano del sequestro (digitando "Psicoattivo" in un motore di ricerca è tuttora possibile recuperare queste notizie).

Noi della SISSC diffondiamo un comunicato ufficiale:

Ieri abbiamo avuto notizia che il Sito Web .psicoattivo.it è stato oscurato dalla Polizia Postale di Campobasso su iniziativa della Magistratura, successivamente l'agenzia AdnKronos ha precisato che il titolare del Sito è stato denunciato poiché *:"..è stato individuato dalla Postale a settembre nel corso di specifici servizi di monitoraggio della rete Internet a contrasto della propaganda all'uso di droga. All'interno di questo venivano fornite, in maniera dettagliata, tutte le informazioni utili per la coltivazione, la preparazione e il consumo di sostanze allucinogene indicando anche i metodi di assunzione e gli effetti psicoattivi delle sostanze. "*

La SISSC pur non essendo direttamente coinvolta nella vicenda (..e ci mancherebbe !) da circa tre mesi era ospitata in questo Sito che operava per noi come portale e quindi il nostro Sito risulta anch'esso oscurato. Vedremo in seguito gli sviluppi della faccenda e cercheremo di porre rimedio, restano ovviamente attivi i recapiti email e il Sito di ALTROVE.

Pian piano i giorni passano, rotolando su un discreto sfondo d'ansia, mentre attendiamo l'arrivo dell'atto di sequestro, dopo aver preso contatti con un Legale. Per ingannare l'attesa mi lancio in iperboliche ricerche sul web, tanto per cercare una qualsiasi traccia che possa fare un po' più di luce sul fatto e casualmente mi imbatto in un documento che potrebbe essere una pista, forse, (non avendo prove certe il condizionale è d'obbligo) per capire da dove sia partita tutta la vicenda:

Atto Camera

Interrogazione a risposta scritta 4-01104
presentata da
ANGELO ALESSANDRI

[N.B. *addirittura il signor Presidente Federale della LEGA NORD!*]
giovedì 28 settembre 2006 nella seduta n.044

Citazione

ALESSANDRI. - Al Ministro della salute, al Ministro della giustizia. - Per sapere - premesso che:
a Reggio Emilia in via dell'Abbadessa, è prevista l'apertura di un punto vendita, denominato «Il Canapaio Ducale», in cui sarà possibile acquistare prodotti derivati dalla canapa indiana, semi di piante di marijuana ed oggettistica varia, tra cui diversi strumenti per il consumo delle droghe leggere;
un analogo punto vendita è già presente a Parma ed ha un sito internet di riferimento (www.canapaioducale.com) il cui promo iniziale è un vero e proprio inno alla liberalizzazione delle droghe che recita: «oltre ad essere una bottega ci consideriamo un avamposto del fronte antiproibizionista contro la stupida guerra alla droga;
nel sito internet di questo negozio, sono fornite ampie spiegazioni

sul come coltivare alcune piantine, proponendo altresì tutto il necessario, compresi i manuali, attrezzature eccetera, per la concimazione, la crescita, la cura ed il consumo di varie piantine; nel sito internet di cui sopra vengono altresì fornite, fra l'altro indicazioni sul come utilizzare al meglio, la salvia divinorum ed il salvinorin, con una descrizione accurata degli effetti e dei «viaggi» che è possibile sue quando si masticano (quid) e quando invece si fumano;
la stampa locale (Il Resto del Carlino, edizione di Reggio Emilia, di giovedì 25 maggio 2006) ha evidenziato che questi negozi lavorano in stretto contatto con i Centri Sociali presenti sul territorio; [*mamma mia! Dunque si tratta di un complotto!!!*]
risulta all'interrogante che nel punto vendita di Parma era disponibile, prima che il decreto legge n. 272 del 2005, ne dichiarasse l'illegalità, un particolare tipo di salvia (Salvia Divinorum) che l'esperto piantologo Giampaolo Grassi definisce «un vero e proprio allucinogeno che può avere effetti devastanti sul nostro organismo»;
come riportato sul sito http://www.psicoattivo.it/xochipilli/Salguidoct.htm, i proprietari del negozio di Parma conoscono perfettamente la pericolosità della Salvia Divinorum in quanto nel loro sito internet scrivono: «Un sitter è d'obbligo se state prendendo dosi con le quali potreste andare fuori «di brutto», diventare confusi, ferirvi, cadere, mandare a fuoco la casa, o fare qualsiasi cosa che rossa (*sic*) nuocere ad altri... non utilizzate la forza fisica, sempre che niente altro si possa fare. Non lasciate mai che la Salvia sia usata se sono presenti delle armi da fuoco, dei coltelli o altri oggetti pericolosi. Prendete le chiavi dell'automobile al tripper (colui che fa il «viaggio» a seguito dell'utilizzo della Salvia) per conservarle al sicuro, prima che inizi il trip»;
il decreto-legge n. 272 del 2005, nell'eliminare ogni distinzione normativa tra droghe leggere e droghe pesanti, ha qualificato come illecito penale o amministrativo, a seconda delle quantità di principio attivo detenute, il consumo di sostanze stupefacenti;
il decreto-legge n. 272 del 2005, ha fornito un'interpretazione estensiva della nozione di «spaccio», in cui sono ricomprese non solo la coltivazione, produzione, vendita, commercializzazione, eccetera, ma anche il semplice trasporto, il passaggio, la spedizione, la consegna;
la stessa possibilità di utilizzare la canapa indiana o la marijuana a fini terapeutici è stata disciplinata in maniera puntuale dallo stesso decreto legge n. 272 del 2005, al fine di evitare che tali modalità di utilizzo fuoriescano dai percorsi di prescrizione medico-sanitari: i medicinali a base di sostanze stupefacenti o psicotrope, in caso di detenzione in assenza della prescrizione od oltre i quantitativi prescritti, sono infatti assimilati alle sostanze d'abuso, e quindi sono soggetti ad una sanzione penale;
l'amministrazione comunale non è ancora intervenuta pubblicamente nei confronti del nuovo punto vendita al fine di verificare la sua conformità a norma di legge;
la popolazione residente manifesta preoccupazione per l'imminente apertura del nuovo punto vendita e per il condizionamento all'uso di sostanze stupefacenti che la sua presenza può esercitare soprattutto nei confronti dei più giovani;
la popolazione residente è preoccupata per l'imminente apertura del nuovo punto vendita anche perché, al momento attuale, l'amministrazione comunale non è ancora intervenuta pubblicamente sulla questione, né ha provveduto a fornire alcuna rassicurazione ai cittadini -:
se non si ritenga necessario verificare la conformità a legge delle attività svolte dal punto vendita o a vario titolo connesse alla sua presenza sul territorio;
se risultino al Governo altri punti vendita sul territorio italiano che commercializzano questi prodotti e se siano stati attivati specifici controlli nei confronti di tali negozi per verificare la loro conformità alla normativa vigente, con particolare riguardo al recente decreto legge n. 272 del 2005;
se siano stati attivati specifici controlli anche all'interno dei Centri Sociali o degli ambienti pubblici contigui a questo commercio, come si evince dal sito Internet indicato in premessa al fine di verificare che non vengano messe in pratica le istruzioni di coltivazione spiegate nel sito di cui sopra;
quali provvedimenti urgenti, anche per il tramite della polizia postale, si intendano assumere, non escludendo l'oscuramento del sito internet citato per evitare che le informazioni ivi fornite si traducano in un'istigazione al consumo e alla coltivazione di sostanze stupefacenti, in netta violazione delle disposizioni legislative vigenti.
(4-01104)

Insomma, con una logica che indossa la camicia verde, l'onorevole Alessandri, nella sua crociata contro l'apertura di un negozio, chiede la chiusura di un sito web che non ha mai avuto contatti con il precedente, apparentemente vero bersaglio dei suoi strali, confonde sfacciatamente un sito web con un altro in cui erano pubblicate **note di prudenza contro l'utilizzo disinformato** di un'erba psicoattiva e ne pretende l'immediato oscuramento! Per inciso sottolineiamo che dopo l'entrata in vigore del provvedimento che la include tra le sostanze proibite, la *Salvia divinorum* è praticamente scomparsa dall'intero territorio nazionale ed è tornata ad essere , secondo noi anche giustamente, quella misteriosa pianta insofferente di troppa notorietà o di un utilizzo banale e imprudente.

Confermando la pista-Salvia, a fine gennaio, l 'owner di Psicoattivo riceve il fatidico Atto Giudiziario stilato in questi termini:

Tribunale di Arezzo

UFFICIO DEL GIUDICE PER LE INDAGINI PRELIMINARI

Il Giudice per le Indagini Preliminari, visti gli atti del procedimento penale iscritto a carico di * * * , sottoposto a indagini per il delitto di cui all'art. 82 DPR 309/90 come modificato dalla legge 49/06 perché, quale amministratore del dominio www.psicoattivo.it ospitato sul server gestito da Hosting Aruba.it con sede in Soci pubblicando su tale sito internet una guida per l'uso della "salvia divinorum" pianta contenente il principio attivo salvinorina A sostanza stupefacente ricompressa nella tabella 1 con decreto del Ministro della salute dell'11.1.2004, sito accessibile anche a persone di età minore, nel quale oltre alla descrizione botanica venivano indicati i metodi di coltivazione, di assunzione descrivendone inoltre gli effetti psicoattiva positivi, istigava all'uso illecito della predetta sostanza stupefacente e psicotropa facendo attività di proselitismo e di induzione all'uso.
In Bibbiena sino al 15.9.2006
Vista l'istanza con la quale il PM ha richiesto il sequestro preventivo del sito internet www.psicoattivo.it/xochipilli/Salguidoct.htm mediante oscuramento della singola sezione su cui appare la "guida all'uso della salvia divinorum" ovvero, qualora ciò non sia tecnicamente possibile **mediante l'oscuramento dell'intero sito**.
Rilevato che gli scritti contenuti nella sezione suddetta *salvia è unica ha effetti psicoattivi affascinanti l'aumento di sensazioni nel campo sensuale, incantesimi, apparenti viaggi nel tempo, comprensioni filosofiche, esperienze spirituali e forse persino guarigione e divinazione, ma Salvia non tollera l'ignoranza. Se è usata stupidamente può rivoltarsi contro di voi. Imparando quello che abbiamo scritto in questa guida potete evitare grossi problemi … Produce una condizione unica di divino inebriamento … è un'erba magica unica… salvia divinorum è un fantasticante fantaschinogeno* [sic ???]" per il loro in equivoco contenuto, propagandando la pratica della coltivazione domestica della salvia divinorum ed incoraggiano i giovani a procedere alla sua assunzione offrendo ampie indicazioni che, seppur nei limiti della sommaria delibazione richiesta in questa sede, ciò rende concretamente ipotizzabile il delitto di cui all' art. 82 DPR 309/90
Che sussiste l'ulteriore requisito del periculum di mora, in quanto il sito web di cui trattasi rappresenta lo strumento attraverso il quale si concretizza la condotta criminosa oggetto del presente procedimento sicché la sua libera disponibilità da parte dell'agente rende concreta ed attuale la possibilità di reiterazione di analoghe condotte criminose e comunque aggravare le conseguenze del delitto commesso che, avuto riguardo alle infinite possibilità diffusive del mezzo utilizzato, possono, infatti, essere protratte, ripetute ed amplificate
Ritenuta la propria competenza posto che il sito e la pagina di cui trattasi vengono diffusi attraverso il sito gestito da Hosting Aruba it con sede in Soci:che ricorrono pertanto i presupposti per la concessione della misura cautelare richiesta

POM
Visto l'art. 321CPP dispone il sequestro preventivo, mediante oscuramento della sezione del sito indicato in motivazione nel quale è pubblicata la guida all'uso della salvia divinorum, ovvero, qualora ciò non sia tecnicamente possibile mediante l'oscuramento del sito in questione.

Dispone che il presente provvedimento venga trasmesso al P.M. per l'esecuzione. Manda in Cancelleria per gli adempimenti
Arezzo li 9.1.2007

Il Giudice per le Indagini Preliminari
(dott. V. D.)

A quel punto l 'Avvocato designato si appella al Tribunale della Libertà per chiedere la riapertura del sito e contatta il GIP per un incontro… dopo di che, per quanto ne so, il buio cala sulla vicenda.

Non ho più ricevuto alcuna notizia su come stiano andando le cose. Il sito è sempre sotto sequestro , ma pare non siano arrivate ulteriori disposizioni giudiziarie né ho informazioni se l 'incontro con il Giudice sia avvenuto o meno .

Per quel che riguarda la SISSC, il materiale precedentemente ospitato su Psicoattivo è in corso di trasferimento su un nuovo portale in corso di allestimento proprio in questi giorni.

Il nuovo indirizzo sarà **http://sissc.sachamama.net**

ci si vede lì e… incrociamo le dita!

L'UTILIZZO DELLA NOCE DI BÈTEL NEL VIETNAM: PICCOLA STORIA ED ESPERIENZA PERSONALE

di DSL

La noce di Bètel è il seme della palma *Areca catechu*, diffusa in molte regioni dell'Asia, dall'India alle Filippine, fino all'Indonesia; essa è utilizzata a fini masticatori, fin dai tempi più antichi.

Il bolo da masticare, o cicca, viene preparato con una porzione della noce stessa, tipicamente un quarto o più, spogliata della buccia verde, un pizzico di calce viva, una piccola parte di corteccia del fusto della palma stessa, il tutto contenuto in una un foglia di Piper Bètel (Pepe di Bètel), chiusa da un chiodo di garofano (possono essere aggiunti alla cicca, anche tabacco e altre spezie come cannella e cardamomo e lime, che oltre ad avere la funzione di mitigarne il gusto, contribuisce alla liberazione degli oli essenziali) .

La noce è costituita da una scorza esterna verde, spessa circa 1mm, sotto alla quale si trova uno strato fibroso-legnoso di colore chiaro spesso circa 1cm, dopo il quale si trova la parte morbida del frutto, di colore arancio-marrone chiaro.

La palma che produce le noci è chiaramente distinguibile dalle altre congeneri, poiché presenta sulla sommità del tronco, prima della crescita delle noci stesse, un cambiamento nella conformazione del fusto, che da legnoso e grigio-marrone chiaro, si fa verde e striato più scuro, fino alla parte più apicale, dove crescono le foglie, da cui escono grappoli delle noci.

Inoltre le sue dimensioni, seppur ragguardevoli, sono più contenute rispetto alle comuni palme da cocco; può raggiungere i 25 mt in altezza e misurare fino a 20 cm di diametro, ma più comunemente le sue dimensioni non superano i 15 mt per 10-15 di diametro.

I semi dell' *Areca catechu*, oltre ad essere ricchi di grassi, contengono diversi alcaloidi, tra cui arecaina e arecolina, e molti tannini, responsabili della colorazione rossa della saliva di chi li mastica.

Questi oli essenziali, liberati dal contatto con la calce viva (calcio ossido idrato), hanno la proprietà di stimolare la secrezione salivare, favorire la digestione, ed inoltre possiedono effetti cardiotonici, stimolanti, oltre ad azione vermifuga, disinfettante del cavo orale ed astringente.

La foglia di Pepe di Bètel, con cui il preparato viene confezionato, ha lo scopo di dare un sapore piccante ed aggiungere un blando effetto narcotico alla mistura.

Il bolo di Bètel preparato come indicato sopra, viene inserito in bocca e masticato per circa un' ora, durante il quale si avrà la necessità di espellere a più riprese la saliva tinta di rosso, che si produrrà in grossa quantità; il preparato può essere masticato più volte nel corso della giornata e può divenire motivo di abuso costante, oltre che macchiare di scuro i denti.

Gli effetti degli alcaloidi contenuti nella noce e gli altri componenti del bolo, attraverso l'assorbimento buccale, stimolano il sistema nervoso centrale producendo una leggera ebbrezza ed una sensazione generale di benessere, di grado differente, al variare del tipo e dalla quantità di noce utilizzata, dal suo grado di maturazione, dalla frequenza del suo uso e dal contesto in cui questo è messo in atto.

L'usanza di masticare il Bètel o "Quà Cau", come viene chiamato nel Vietnam, ha origini molto antiche e precisi ruoli sociali.

Esso può essere preparato in modo molto semplice, come indicato sopra, con i componenti interi, o pestato in un mortaio con l'aggiunta di numerosi altri ingredienti, ed andare a costituire parte di un rituale più ampio inserito in cerimonie come matrimoni, funerali o semplici feste nei villaggi rurali.

Anticamente, il Bètel masticatorio nel Vietnam era utilizzato all'inizio delle conversazioni, insieme a tè e tabacco, durante gli scambi verbali di rito tra l'incontro di due persone, e come forma di benvenuto per gli ospiti.

Oggi, in Vietnam, l'utilizzo del Bètel, soprattutto nelle aree urbane, è prevalentemente ad uso delle donne, che pare abbiano ovviato all'usanza-proibizione di non fumare ne bere alcolici, tipica e riservata agli uomini, con l'inebriamento delle noce; anche in gravidanza l'utilizzo del Bètel è estremamente gradito, pur non conoscendosi gli effetti sul feto.

Esperienza personale: dopo numerose "masticate", sono giunto alla conclusione che gli effetti possono essere diversi da una volta all'altra e che si deve imparare ad apprezzarli.

Non ho mai ripetuto la masticazione per più di una volta al giorno, e per più di 30-40 minuti.

Il sapore in bocca è sgradevole, anche se velocemente ci si adatta.

I primi effetti all'interno della bocca, si notano subito; la salivazione aumenta molto e tinge la saliva di un colore rosso-marrone, compare un sapore piccante ed una sensazione lievemente urticante, che le prime volte mi ha lasciato con l'interno della bocca estremamente sensibile per alcuni giorni; forse a causa della foglia di Pepe di Bètel, o alla troppa quantità di calce che può essere caustica.

Appena si riduce in poltiglia l'impasto e si amalgamano i componenti della cicca, circa dopo uno o due minuti, si iniziano a sentire i primi effetti degli alcaloidi.

Dapprima una generale debolezza agli arti, si allentano le tensioni corporee, ci si rilassa e la mente si fa più lucida, oltre alla visione che sembra modificarsi lievemente, come in un inizio di ubriacatura alcolica, tuttavia senza le sensazioni vorticose che di questa sono caratteristiche.

…avevo la sensazione che fossi più presente al mondo anche se tuttavia in modo paradossalmente più distac-

cato…

Dopo questi effetti "deprimenti", la frequenza cardiaca accelera e la pressione sale, inondando il viso di calore e colorandone la pelle di rosso; durante questa fase, ricordo di aver avuto il fiato corto e poca energia disponibile per camminare, per questo ho considerato i primi effetti maggiormente inebrianti piuttosto che eccitanti.

Lievemente poi questi lasciano spazio ad una generale sensazione di benessere e calma che accompagna il fisico e la mente per poco più che la durata delle masticazione, circa un ora, per poi delicatamente dissolversi senza lasciare postumi, se non la necessità di ripulirsi la bocca dalle fibre legnose della noce.

L'inconveniente dell'uso del Bètel, per quella che stata la mia esperienza, si è rivelato essere l'enorme quantità di saliva che producevo, che mi ha costretto a masticarlo solamente in luoghi all'aperto e sempre munito di salviette di carta per asciugare il liquido rosso che premeva per uscire dalla bocca.

RECENSIONI E SEGNALAZIONI

Gilberto Camilla ***L'arte visionaria huichol***. Paribooks, pag. 24 + cd. € 10,00

Le opere pittoriche degli artisti huichol raffigurano le visioni mescaliniche degli sciamani del *peyote*, il cactus allucinogeno su cui si fondano le tradizioni religiose e socioculturali di quel popolo. Sono opere che raccontano i temi e gli episodi di una mitologia sacra altrettanto originale.

Nel cd sono raccolte e descritte 32 riproduzioni di tali opere, con immagini ad alta definizione, stampabili anche in formato poster.

Fulvio GOSSO e Gilberto CAMILLA ***Allucinogeni e Cristianesimo. Evidenze nell'arte sacra,*** Edizioni Colibrì, pag. 128, Euro 12,00

Attraverso un'accurata analisi di miniature, affreschi e vetrate d'epoca romanica, la tesi della millenaria familiarità degli uomini con le sostanze psicotrope viene inquadrata per la prima volta in maniera organica in uno specifico contesto storico e artistico che le conferisce credibilità e verosimiglianza. Nel corso della trattazione l'ipotesi dell'utilizzo dei funghi allucinogeni nell'ambito dell'antico culto cristiano assume solide fondamenta. L'*Amanita muscaria*, ad esempio, assume un'importanza tale da indurre gli Autori a considerarla la vera protagonista della cacciata dal Paradiso nella narrazione biblica. Con prefazione di Carl Ruck e 30 schede splendidamente illustrate a colori.

Giovanni FEO ***Geografia Sacra. Il culto della madre terra dalla preistoria agli Etruschi***, Stampa Alternativa, pag. 136 + inserto fotografico a colori. Euro 13,00

Ultima fatica di Feo, che testimonia come il territorio tosco-laziale sia stato frequentato con continuità dall'età preistorica fino agli Etruschi e oltre, da popoli sensibili alle connessioni fra cielo, terra e altri elementi naturali. Questa "geografia sacra" fa riemergere i miti della grande Madre Terra e dei Giganti, scoprendo l'antica e universale concezione di una energia primordiale creatrice e "divina".

Walter MENOZZI ***Ayahuasca. La liana degli Spiriti***, Franco Angeli, pag. 313, Euro 26,50

Tra le varie piante psicoattive utilizzate dalle popolazioni native su tutto il pianeta, ha ricevuto uno studio tra i più completi dai punti di vista botanico, chimico e etnografico, la liana e la bevanda derivante conosciute col nome di *ayahuasca* o *yagé*. L'ayahuasca (parola in lingua quechua che significa "liana degli spiriti") è un'infusione psicoattiva di tradizione millenaria considerata sacra da milioni di persone indigene in tutto il bacino della Foresta Amazzonica. L'interesse magico-religioso e biomedico per le proprietà e i poteri dell'ayahuasca hanno suscitato nel Novecento il nascere di nuove tradizioni culturali legate l'utilizzo di questa bevanda. Nel testo sono presentate, con un approccio multidisciplinare, le forme d'utilizzo tradizionali e moderne dell'ayahuasca: l'*uso indigeno*; l'*uso mestizo;* l'*uso nelleneiionali e moderne hua che significa moderne religioni ayahuasqueras* (Santo Daime, Barquinha e União do Vegetal); l'*uso medico-terapeutico*.

Il testo di questo volume tocca argomenti propri delle

scienze sociali e naturali, di diritto e storia delle religioni con un approccio e un linguaggio non specificatamente tecnico rispetto a ciascun campo del sapere. Questo scritto è quindi indirizzato a un pubblico non solo specialista ma a qualunque lettore interessato ad approfondire l'argomento e all'uomo colto in generale. Si ritiene che, sebbene specifico, l'argomento sia di estrema attualità soprattutto per quel che riguarda il tema del confronto e fusione tra sistemi culturali "altri" l'uno rispetto all'altro. Quindi si spera possa stimolare l'interesse del lettore proprio perché rappresenta un esempio, d'alto valore simbolico, dei processi d'incontro e sintesi socio-culturali che stanno avvenendo in questo periodo storico, con ripercussioni che coinvolgono tanto il sapere scientifico quanto la riflessione giuridico-istituzionale.

Massimiliano NARCISO ***Walt Disney, the dark side of the Dumbo***, Bevivino Editore, pag. 92, Euro 5,00

Il "lato oscuro" gli ha permesso di essere il grande Artista che è stato, ma da artista non accettava per nulla la presenza di ombre e oscurità. I dubbi sulla sua nascita, un mondo senza parenti diretti, la paranoia, la ricerca ossessiva dell'infanzia, un egocentrismo fuori misura….Si può dire che Disney sia stato un visionario affossato dalla realtà, soprattutto dalla sua. Puntando sulla fantasia ha creato un impero dove topolini, paperi e tutto il regno animale acquistano I dono della parola e si sostituiscono all'uomo. Un impero di sogni offuscato dalla sua adesione ai gruppi più reazionari *dell'establishment* americano e dall'uso spregiudicato del suo incredibile potere mediatico.

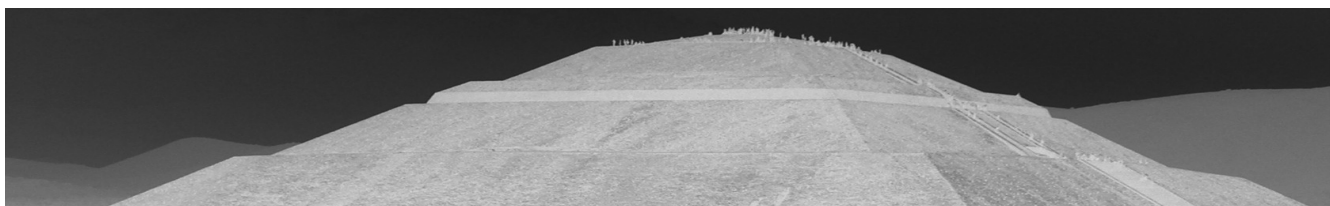
Rosamaria Susanna BARBÀRA ***La Capoeira***, Xenia Edizioni, pag. 126, Euro 6,50

Il testo tratta della capoeira che è una lotta-danza ideata dagli schiavi africani in Brasile inizialmente come strategia di difesa e attacco. E' anche una tecniche del corpo che trasforma l'energia pesante in coraggio e forza di vivere. E' un modo per trarre energia dalle forze della natura, dialogando con esse attraverso il ritmo musicale e il movimento. E' una pedagogia del corpo che educa all'ascolto dell'altro e quindi di se stessi.

Antonio Moretti ***Notti bianche metropolitane***, Sensibili Alle Foglie, pag. 104, Euro 12,00

Il libro apre una finestra sulla vita dei ragazzi di strada che arrivano a prostituirsi pur di mettere da parte i soldi per il "pass" del sabato sera, per un "look" adeguato, per le pasticche da ingerire nel corso della notte. Vuole essere uno spaccato del mondo delle discoteche un viaggio fra le storie di chi si brucia fino a morire, mentre si illude di vivere "alla grande".

P. Boumard, G. Lapassade e Michel Lobrot ***Il mito dell'identità. Apologia della dissociazione***, Sensibili Alle Foglie, pag. 128, Euro 14,00

L'opera a tre voci propone una lettura non patologica della dissociazione identitaria. Più precisamente il primo saggio (Boumard) ha una prospettiva generale e un taglio microsociologico, e parte da un'analisi dell'esperienza pedagogica. Lapassade propone invece uno sguardo antropologico sulla dissociazione, ed illustra, discutendo molte pratiche sciamaniche, le loro analogie con le fenomenologie dissociative degli stati modificati di coscienza. Infine Lobrot propone una teoria generale della coscienza in termini psicologici e argomenta la testi secondo cui la dissociazione psicologica è il regime normale della nostra vita psichica.

ViaggìoterapiA

Viaggio Interiore Cammino Iniziatico	Filosofia di viaggio	Programma viaggi	Il Settimo Senso Enteogenoterapia	Sciamanesimo	Periodo sabbatico	Formare i formatori	Altre Iniziative

Il viaggio come strumento, la presa di coscienza come terapia...

Viaggioterapia è coniugare il piacere di viaggiare

con la possibilità di vivere esperienze di evoluzione personale!

Sapienze Antiche per Nuovi Orizzonti...

Una ricerca a 360° attorno al pianeta e contemporaneamente attorno e dentro di noi.

Viaggiare per conoscere culture e persone in grado di fornirci insegnamenti utili per l'autoconoscenza, di svelarci metodi e tecniche che permettono di accedere a stati sovraordinari di coscienza.

Un insieme di strumenti che l'umanità utilizza da sempre

quali fonti inesauribili di apprendimento, cura e illuminazione.

Particolare attenzione verrà rivolta allo sciamanesimo e all'utilizzo

terapeutico-cerimoniale delle Piante Sacre, basi comuni di tante culture.

Non solo conoscenza intellettuale ma la possibilità di sperimentare personalmente

le dimensioni immateriali, di aprirsi ai mondi dell'energia sottile:

l'evoluzione personale inizia quando siamo in grado di trascendere i nostri limiti.

Tutti i viaggi hanno un'unica destinazione, l'io interiore e un comune obiettivo:

attivare la più alta delle facoltà umane, il *settimo senso*.

Un Cammino Iniziatico, un percorso adatto a coloro che hanno compreso che la "terra promessa", il Graal, il laboratorio alchemico sono non luoghi, situati da sempre e soltanto dentro ognuno di noi!

1. Il Viaggio Interiore – Il Cammino Iniziatico

Tutti i nostri viaggi hanno una meta comune: il nostro io interiore!

Il Viaggio Iniziatico è un cammino di evoluzione interiore che ci porta a prendere coscienza delle facoltà umane più elevate.
"Prendere coscienza", scopo comune di ogni sistema di cura o filosofico, tradizione religiosa, mistica o esoterica, è capire che il laboratorio alchemico è all'interno di ognuno di noi. Un non luogo, una terra promessa raggiungibile soltanto superando le colonne d'Ercole del nostro "io", liberandoci dai confini che credevamo di avere.

La bestia che dobbiamo sconfiggere è dentro di noi (il nostro ego) e non al di fuori: questo il significato originale di lotta "Sacra". Un sentiero percorribile solo da chi accetta di mettersi totalmente in discussione e dispone di ferma motivazione e sincera umiltà.
Un cammino che inizia dove finiscono le certezze, ci conduce verso una rivoluzione-evoluzione personale fino a trovare la centratura interiore, sede dell'equilibro psico-fisico-spirituale e chiave di accesso alle più alte potenzialità umane.

1.1 Scopo dei nostri viaggi

- utilizzare la comune base sciamanica di tante antiche culture per fornire un approccio olistico alla conoscenza: giungere a percepire l'universale partendo dall'individuo e, viceversa, comprendere il microcosmo attraverso lo studio del macrocosmo. Cogliere gli insegnamenti derivanti da ogni tradizione, cultura, scienza, filosofia, religione e tradurli in mezzi di cui poter disporre nella vita di tutti i giorni, da utilizzare in base alla personalità e al grado di sviluppo personale
- favorire un sistematico processo di autoesplorazione attraverso il quale giungere ad una profonda trasformazione della personalità e con essa attivare tutta una serie di mutamenti positivi, tra i quali:
  1. un accresciuto grado della gioia di vivere,
  2. una maggiore capacità di godere del momento presente,
  3. minor tempo dedicato a rimuginare sul passato, alle paure o a fantasie sul futuro,
  4. un drastico cambiamento della gerarchia di valori dell'individuo,
  5. una diminuzione del livello di aggressività, di ansia e del bisogno di possedere beni materiali,
  6. l'aumento del livello di tolleranza verso altre razze, filosofie, ideologie, convinzioni politiche,
  7. l'emergere spontaneo di una profonda sensibilità ecologica. Non c'è bisogno di insegnare alla gente l'ecologia quando imparano la lezione esperienzialmente, addirittura sul piano cellulare grazie a lavori di tipo sciamanico, attraverso l'identificazione con vari animali, piante e altri aspetti della natura.
- massimizzare **l'enteogenoterapia** ovvero le opportunità di "risvegliare" le singole coscienze fino a renderci consapevoli della nostra natura più profonda la sola in grado di illuminarci, curarci, farci evolvere.
- fornire occasioni per vivere esperienze spirituali dirette per favorire la morte dell'ego e scoprire che nulla delle proprie caratteristiche verrà perduto se non il senso di limitazione, controllo e paura delle nostre catene psichiche.

La "sacralità" dei lavori si rivela permettendoci di ristabilire quel profondo, naturale contatto con la nostra parte più intima, quel dialogo con il nostro "Io superiore" dal quale scaturiscono importanti messaggi, informazioni e nuove conoscenze. Si sviluppano inoltre una gamma personalizzata di strumenti per comprendere i cambiamenti necessari da apportare al comportamento. Sta alla nostra volontà ed al nostro impegno il compito di integrarli nella quotidianità e nelle relazioni con chi ci circonda.
Una volta stabilito un equilibrio armonioso tra l'espansione interiore (tan) e il rapporto con l'esterno e gli altri (tra), si crea la base per il vero ***benessere fisico, psichico, spirituale e sociale = Tan-tra in sanscrito = concetto di salute (spirito escluso) secondo la definizione dell'-Organizzazione Mondiale della Sanità.***
Sanate le disarmonie psico-fisico-emozionali-caratteriali-culturali e "ripuliti" i canali energetici, le attività sciamaniche e le tecniche di introspezione ci permettono di accedere a momenti di consapevolezza ampliata con facilità crescente. Quando il settimo senso sarà esaurientemente attivo si iniziano a sperimentare livelli di comunione con quel vuoto che è al tempo stesso totalità. I veli della realtà illusoria (maya) scompaiono: "sentiamo" la vita nella sua essenza pura, l'unita della "Creazione" base comune di tutte le culture umane. Sono i momenti in cui l'io individuale si fonde con quello universale e si è in contatto con la coscienza cosmica…
Le Vie che portano in cima alla Montagna sono molteplici, nessuna probabilmente migliore delle altre. Noi del team di ViaggioterapiA abbiamo percorso il Sentiero Sciamanico grazie al quale abbiamo raggiunto una maggiore consapevolezza, un miglior livello di salute e capacità di relazionarci con le persone e l'ambiente in cui viviamo.
La stessa consapevolezza ci ha reso in seguito capaci di intendere molto rapidamente, confrontare e soprattutto comprendere la meta comune di tanti altri cammini, discipline, dottrine, messaggi religiosi e spirituali…
Per questo motivo la Via Sciamanica è quella che proporremo come iniziatica all'interno di Viaggioterapia, l'unica di cui noi possiamo farci "messaggeri".

1.2 I limiti del vivere moderno

Alla base di molte delle ansie del nostro tempo vi è uno sterile cercare al di fuori di noi le cause delle insoddisfazioni e dei malesseri, delle sconfitte e delle sventure.
La conferma ci giunge dall'interesse mostrato per le medicine alternative, le terapie complementari, dall'enorme successo riscontrato da religioni diverse da quelle della tradizione culturale di appartenenza e da chiunque suggerisca visioni alternative della vita prospettando soluzioni più appetibili e "definitive" rispetto alle incertezze e allo scontento della nostra età.
Tutto ciò può essere allettante, senz'altro di valido supporto ma non produce risultati duraturi semplicemente perché deleghiamo ad altri quelle che invece sono le nostre responsabilità.
*Dobbiamo riposizionarci all'interno delle situazioni della nostra vita, modificare il modo in cui giustifichiamo le nostre azioni, comprendere che non siamo l'oggetto passivo delle condizioni che si sono create ma soggetto responsabile, parte attiva, spesso colpevoli, i veri mandanti delle cazz*** che facciamo!*

Non è il mondo che dobbiamo cambiare ma noi stessi.

Se non accettiamo di metterci totalmente in discussione e non ci impegniamo seriamente in un'ottica di lungo periodo, ogni tentativo di giungere a soluzioni sarà solo temporaneo.

2. Filosofia di Viaggio

2.1 Il viaggio

Viaggiare è da sempre il miglior esempio di incontro pacifico tra popoli e culture, occasione per allargare i propri orizzonti, divertimento. Il nostro obiettivo è quello di aggiungere al momento ludico, percorsi di ricerca interiore ed evoluzione personale (dei quali parliamo specificatamente nella sezione apposita) ritenuti la migliore forma di prevenzione e terapia contro i problemi, lo stress e le abitudini negative del vivere moderno.

2.2 Viaggiare responsabile

ViaggioterapiA accoglie e diffonde le linee guida formulate dall'OMT (Organizzazione Mondiale del Turismo) ed il principio "Incrementare il turismo per combattere la povertà". Opera secondo i canoni espressi nella "Carta di Identità per Viaggi Sostenibili", codice di comportamento etico per operatori, viaggiatori e comunità ospitanti, suggerito dall'AITR (Associazione Italiana Turismo Responsabile).
ViaggioterapiA ha scelto di viaggiare in maniera "responsabile": nel pieno rispetto dei luoghi, delle risorse e delle culture ospitanti, al di fuori dei circuiti turistici organizzati e gestiti da catene multinazionali dove poco o nulla della ricchezza viene distribuita ai locali. Utilizziamo strutture ricettive gestite dalla popolazione residente, ci serviamo di mezzi di trasporto pubblici per gli spostamenti interni e soprattutto adottiamo una diversa filosofia del tempo: senza voler macinare una tappa dietro l'altra, prevedendo intenzionalmente lentezza e "tempi morti", chiavi per entrare nel ritmo del luogo e per favorire gli incontri umani.

Anche il cibo viene utilizzato come strumento di approfondimento della conoscenza del luogo e della cultura locali. L'orario dei pasti e l'alimentazione saranno uguali o simili alle usanze del posto (lavoriamo per scalfire i nostri modelli abituali di pensiero e cercheremo di bandire espressioni tipo "ora di pranzo" o cena ...).

2.3 Non profit

Abbiamo scelto di non divenire attività commerciale. Rifiutiamo l'idea di trarre (e massimizzare) il profitto. Desideriamo fornire esempi per una visione nuova rispetto alla cultura dominante basata
sull'omologazione dei comportamenti e schiava delle leggi di mercato.
Viaggiamo personalmente e in gruppo e ci fa piacere condividere le esperienze con chiunque sente le nostre stesse esigenze di ricerca interiore. Questo ci permette di sognare, di avere la libertà di proporre solo ciò che "sentiamo", ciò che adoriamo. Possiamo suggerire nuove visioni del mondo e interrelazioni tra popoli e culture diverse, con benefici per tutti:

- Il turismo può far da volano alle economie dei paesi in via di sviluppo
- Le culture del sud del mondo possono fornirci "semi" di coscienza, tracce utili alla società occidentale per recuperare l'eredità spirituale dimenticata.

2.4 I diversi tipi di Viaggio e Destinazioni

La nostra sarà una ricerca a 360° attorno al pianeta. Privilegeremo:

- culture ricche di spiritualità per ricevere strumenti utili ai fini della crescita personale
- ambienti non antropizzati per stimolare l'osmosi, la comunione con la natura
- il trinomio foresta-montagna-deserto, luoghi che richiamano il misticismo per riportare ad un turismo di elevazione personale
- territori mitici che conservano i loro segreti e mantengono il marchio del Sacro
- qualsiasi spazio che ci faccia sentire piccoli piccoli, dove tutto è da imparare.

Principalmente abbiamo 3 tipologie di viaggio.
Il viaggio con destinazione Centro e Sud America
Messico e Amazzonia (Perù, Colombia, Brasile)

ViaggioterapiA organizza itinerari senza tappe o date fisse, prevedendo solo le soste di massima (ad esempio non più di 20 giorni programmati all'interno di un tour di un mese, o se vorremo fermarci di più durante il percorso nessun obbligo di terminare il tour). L'ottima conoscenza dei luoghi e il numero limitato di persone ammesse al gruppo ci consente di assaporare ritmi più lenti e di viaggiare senza prenotare ogni singola sosta. Il nostro slogan è: Noi abbiamo tempo
Il viaggio breve (Italia – Europa)
Saranno quasi esclusivamente viaggi a piedi o in bici: forme di neo-pellegrinaggio, dove lentezza e modestia permetteranno di riconciliarsi con la natura. Ogni gesto compiuto con consapevolezza sarà un invito alla meditazione, un insegnamento al rispetto, alla pazienza, all'ascolto: momenti per riapprendere a vivere in osmosi con l'ambiente che ci circonda.
La parte di sforzo fisico sarà un utile terapia per il sistema corpo-mente: superare ostacoli fisici lungo il cammino significa abbattere equivalenti barriere psicologiche.
Il viaggio sabbatico

ViaggioterapiA promuove L'ANNO SABBATICO e il PART-TIME VERTICALE

"Nel mezzo del cammin di nostra vita / mi ritrovai che la diritta via era smarrita…" inizia così una Commedia "Divina" ed è una sensazione che un numero sempre maggiore di comuni mortali prova, soprattutto tra le fasce di popolazione economicamente e socialmente più elevate.
Quanti si sentono in crisi con il sistema? Quanti continuano a "tirare avanti" con la netta sensazione di aver perso la bussola? Come non leggere in una società malata un disagio sempre più diffuso e un "urlo munchiano", un tentativo da parte delle singole coscienze di reindirizzarci sulla "retta via"?
Soluzione: un break!!! La crisi esistenziale si supera con una pausa… Un momento per noi stessi. Un momento Sacro. Esortiamo chiunque abbia la possibilità contrattuale (o economica) a sfruttare al meglio tale opportunità e utilizzare il lungo periodo di tempo a disposizione per la propria tra-

smutazione alchemica…. ViaggioterapiA si rende disponibile a fornire tutta l'esperienza e gli strumenti utili per il compimento dell'opera!

2.5 La Consapevolezza del tempo

Il vero viaggio è fuori dal tempo e va quindi inteso come scelta (del periodo) e non come vacanza dal lavoro, quando il lavoro ce lo permette, entro le poche settimane di ferie che il sistema concede.

Crediamo un personale "obbligo" morale quello di ritagliarci uno spazio fuori dal quotidiano da dedicare a noi stessi mirato ad acquisire consapevolezza.

Viaggiare con i 7 sensi aperti significa avere l'occasione di compiere salto quantico di evoluzione personale!
Durante gli incontri preliminari spiegheremo come arrivare all'appuntamento con un atteggiamento di apertura, lasciando a casa le abitudini, non ultima quella di un turismo consumistico che ci fa desiderare di macinare una tappa dietro l'altra.

NOI ABBIAMO TEMPO!!!

Il tempo è l'unica "merce" che manca oggi al turista. Molto spesso anche nella pratica del turismo parlare del tempo è divenuta pura e semplice retorica e pur esaltando una sempre maggior attenzione verso le realtà locali il desiderio del turista è spesso quello di visitare il maggior numero di località. Ne consegue una mancanza di tempo che va a discapito di un vero incontro con le popolazioni residenti e spesso invece che relazioni ne scaturisce una sorta di gioco di specchi in cui uno proietta sull'altro ciò che pensava prima dell'incontro.
Eppure è proprio il ritmo serrato della vita da occidentali che ci porta a desiderare una vacanza-break verso quei paesi che hanno un diverso concetto del tempo.
***Elogio dello slow.** I nostri viaggi prevedono intenzionalmente lentezza e "tempi morti", chiavi per entrare nel ritmo del luogo. La filosofia ispiratrice è rallentare i tempi!!!*
Non perché siamo in vacanza ma per far offrire altri approcci: una differenza culturale…
Vogliamo ben marcare la differenza con la vacanza dal lavoro all'interno delle poche settimane concesse dal sistema. Il vero viaggio è fuori dal tempo e va inteso come esigenza individuale per dedicarsi alla ricerca personale.

2.6 "Bagaglio" leggero

Abbigliamento e attrezzatura ridotti all'indispensabile ma soprattutto sgombro da pregiudizi. Tutto l'armamentario psicologico e tecnologico del turista classico serve solo ad ammorbidire se non annullare il distacco dal quotidiano e a rendere il viaggio un po' meno tale!

ViaggioterapiA suggerisce di non utilizzare orologio, cellulare o macchina fotografica.

No orologio: dato che andremo a "lavorare" sulla lentezza, la rottura con le abitudini, un rapporto diverso tra spazio e tempo.

No cellulare: l'ansia di non poter comunicare da luoghi remoti si è oggi trasferita sul rovescio della medaglia. Il problema diventa comunicare, sempre e comunque. Nei viaggi "tradizionali" quell'ansia non viene più elaborata e si cerca sempre una risposta rassicurante da parte di chi abbiamo lasciato, impedendoci così di conoscerci più a fondo. L'iniziale spaesamento causato da un viaggio in luoghi così lontani può impaurire ma le sensazioni che ne scaturiscono devono essere utilizzate alchemicamente per trasformarla in un'esperienza di crescita esistenziale.

No macchina fotografica: strumento eccezionale che però massimizza soltanto il lato visivo dell'esperienza a discapito di tutti gli altri sensi e delle emozioni.

Non esistono divieti ma solo consigli per massimizzare l'esperienza!

2.7 Viaggiare al femminile

Ci proponiamo di viaggiare per incontrare, comprendere, incorporare "l'altro", accogliere in noi le diversità: caratteristiche archetipiche del femminile.
Non vogliamo stupirci di fronte al diverso ma tentare di comprendere, conoscere, approfondire le relazioni che si creeranno per imparare, tornare e vivere meglio a casa.
Ciò che conta è che le cose viste e percepite in viaggio possano tradursi in un nuovo atteggiamento, una maggiore sensibilità, un maggiore impegno personale che ci portino a vivere meglio in famiglia, sul lavoro, in società... nel quotidiano.
*Un "turismo" che non sia più un prodotto di consumo ma diventi pratica esistenziale: un ritorno dall'Avere verso l'Essere ma che punti ad un equilibrio dinamico.Volendo viver in questa società e parafrasando E. Fromm vogliamo asserire: **Essere e Avere!***

2.8 Durata viaggio (relativo ai soggiorni extraeuropei)

Tour minimo 1 mese ("forzando" in positivo la necessità di "entrare" in un territorio-cultura). All'interno sono previste 3 fasi:

1 - la parte più turistica che consenta di "sentire" il paese e avvicinarsi meglio alle tradizioni, clima, cultura, storia, vissuto quotidiano;

2 - periodo di "approfondimento e cura interiore" – settimana con lo sciamano

3 - periodo di assorbimento, "digestione" e integrazione psicologica delle dinamiche affrontate.

2.9 Periodo di viaggio

Viaggi Off-peak, fuori dall'alta stagione, fuori dal rumore e dalla troppa occupazione dei servizi nei periodi di punta (Natale, Capodanno, Agosto…).

Scelta del periodo climaticamente ed energeticamente migliore per le destinazioni in questione.

2.10 Prenotazioni

Abbiamo ideato il "LAST YEAR" con il quale stimoliamo la volontà di aderire ai viaggi con

largo anticipo. Tale filosofia che ci consente di:

- incontrarci singolarmente e in gruppo (più di una volta) prima della partenza
- conoscerci e sintonizzarci (per non ripetere gli errori del turismo organizzato dove è costante e ridicolo vedere persone all'interno del gruppo che non si sopportano reciprocamente o litigano tra loro)
- programmare correttamente (soprattutto in base al numero di partecipanti).

Il turismo last minute organizzato d'impulso approfittando magari di un'occasione non è sintonico con la filosofia di ViaggioterapiA.

Cerchiamo "compagni di viaggio" che interpretino l'esperienza con impegno e profondità. Un'avventura in luoghi così remoti è impegnativa e necessita di adeguata preparazione (culturale in primis). Per ciò che può essere anche il sogno di una vita possiamo permetterci di fare e chiedere conferme con largo anticipo.

2.11 Profilo del viaggiatore

A chi consigliamo di intraprendere questo tipo di esperienza.

- Chi si sente in "crisi" con il sistema.
- Chi ha letto qualche libro, ascoltato qualche conferenza, frequentato gruppi spirituali, praticato la meditazione o altre pratiche introspettive e ha subito o percepito qualche sottile forma di trasformazione.
- Chiunque sente la necessità o intuisce l'importanza di dare un taglio al passato e sia disposto ad aprirsi per far spazio a nuovi orizzonti.
- Chiunque sia attratto dalla spiritualità, interpretandola così come espresso da C. G. Jung ovvero "la possibilità di avere esperienze dirette con qualcosa di più grande di noi senza l'obbligo di aderire ad un gruppo di persone che appartengono alla stessa chiesa e credono nella stessa divinità, negli stessi dogmi". Una spiritualità universale che non fa distinzioni e semplicemente accomuna, qualcosa di ben lontano dalle grandi religioni che spesso invece rappresentano un ostacolo"
- Chi materialmente ha "tutto" ma sente che nella vita manca ancora qualcosa...

2.12 Formazione mini gruppi

Numero limitato di partecipanti (max 8).
Gruppi con interessi omogenei per massimizzare il rapporto tra i partecipanti, stabilire una rete fra colleghi che favorisca lo scambio per il futuro di informazioni, contatti, know-how.
ViaggioterapiA punta a "formare i formatori": naturopati, operatori del benessere e della salute, insegnanti, operatori socio-sanitari…
Verranno stimolati gli incontri preliminari e post viaggio possibilmente presso le abitazioni dei partecipanti (viaggiare senza veli!).
Importante: data la ricerca dell'equilibrio a tutti i livelli del viaggio i gruppi saranno costituiti in egual misura da uomini e donne.

2.13 Guida - mediatore culturale

"Nell'ambito del turismo culturale il ruolo di guida è di cruciale importanza. E' suo compito

selezionare, abbellire, interpretare ciò che si incontra, ciò che si vive: una gran parte del messaggio è
il modo in cui lo si comunica, il modo in cui lo si discute".

Gianluca, ideatore della Viaggioterapia, ha iniziato a viaggiare per motivi di studio nel 1981. Si occupa di turismo dal 1986. Parla 5 lingue. Esperto di medicine complementari, etnobotanica e sciamanismo. Socio SISSC (Società Italiana per lo Studio degli Stati di Coscienza). Abilitato II Livello Reiki.
E' impegnato nella ricerca spirituale che conduce attraverso lo studio di antiche tradizioni e metodi contemporanei, una serena pratica quotidiana, continui viaggi, esperienze presso sciamani di diverse culture dove ha vissuto per lunghi periodi.
Sarà la guida, mediatore culturale e "sitter" durante le sessioni sciamaniche. Un interprete tra i 4 mondi che ViaggioterapiA si impegna ad avvicinare: la cultura del viaggiatore e quella del luogo di destinazione, la realtà tangibile e quella dei mondi sottili.
Data la conoscenza delle lingue, dei territori, degli abitanti, delle loro tendenze e consuetudini, favorirà gli incontri occasionali e non quelli programmati.

3. Programma Viaggi

"Siamo il prodotto dell'ambiente. Per questo non possiamo vedere niente al di là
delle nostre abitudini e delle convenzioni sociali di cui siamo impregnati.

Se desideriamo vedere oltre, liberiamoci innanzi tutto del nostro modo abituale di interpretare i fatti…"

***Agosto + Settembre 2007 OLANDA**, Santo Daime: un utilizzo terapeutico-religioso dell'ayahuasca bevanda sacra dell'Amazzonia (programma dettagliato nella prox pagina)*
***Nov 2007/Feb 2008 MEXICO,** Antiche culture per nuovi orizzonti! Dai deserti del nord alla Sierra, da Oaxaca alle Terre Maya. Incontro con le tradizioni sciamaniche*

Maggio 2008 DIGIUNOTERAPIA e SILENZIO, antichi strumenti di Consapevolezza

Long weekend all'interno del Parco Gran Sasso-Monti della Laga

In collaborazione con EATS (Educazione Alimentare con Tecniche Sciamaniche) di Teramo

Settembre 2008 SACRO FIUME PO, Bicipellegrinaggio dalla Foce alla Sorgente

7 tappe per 7 chakra, 7 discipline diverse come strumenti autoconoscenza

Lo stato di salute del fiume come specchio della nostra società

In collaborazione con l'Associazione Vivere con Cura

***Nov 2008/Feb 2009 AMAZZONIA**, Ayahuasca: bevanda Sacra dello Sciamanesimo. Chiave per comprendere la spiritualità e le culture amazzoniche. Occasioni d'incontro con il suo utilizzo cerimoniale, terapeutico e religioso.*

3.1 Pillole di ViaggioterapiA: programma dettagliato di viaggio

Agosto e Settembre 2007 - Avenhorn (Olanda)

1^ sessione 15 – 18 – 25 agosto presso la comunità del Santo Daime
2^ sessione 27 – 29 – 30 settembre presso la comunità del Santo Daime e gli ospiti brasiliani Nilton Caparelli e Tété Leme
ViaggioterapiA suggerisce di arrivare circa 3 giorni prima della cerimonia per compiere insieme un'adeguata preparazione personale.
Per info sui voli low-cost: compagnie Ryanair, Easyjet, Transavia. Aeroporti consigliati: Amsterdam. Eindhoven. Dusseldorf /Weeze (offerta del momento Roma/Weeze al confine fra Germania e Olanda a partire da 58,00 euro a/r, tasse incluse). Pernottamento: SettimoSenso si impegna a favorire la sistemazione presso amici e membri del Santo Daime e/o a fornire consigli su strutture ricettive che godono di un ottimo rapporto qualità/prezzo/localizzazione.
La visita sarà presso la comunità del Santo Daime una religione fondata in Brasile agli inizi del secolo scorso dalla quale prendere esempio per il suo eclettismo ovvero la capacità di prendere il meglio e tutto ciò che ci è più utile ai fini della nostra crescita, da culture e tradizioni diverse. All'interno del Santo Daime infatti troviamo:

- lo Sciamanismo Amazzonico dal quale proviene l'elemento fondamentale della dottrina, la sacra bevanda dell'Ayahuasca utilizzata come sacramento e medicina al tempo stesso
- varie forme di meditazione di matrice orientale
- la musica, con l'uso delle percussioni, della ritmica e della danza di chiare radici africane
- la preghiera, data l'impostazione fondamentalmente cattolica.

In Italia la sede principale del Santo Daime si trova ad Assisi (PG). Il cuore della dottrina viene dalla Comunità di Mapià, Stato dell'Amazonas, Brasile.
Importante: *le comunità daimiste ecologiche ed auto-sostenibili situate nella regione amazzonica in due Stati brasiliani (Acre e Amazonas) sono state definite modelli di eccellenza dall'IBAMA (Istituto Ambientale del Governo Brasiliano) rispetto agli standard di nutrizione, salute ed istruzione.*

Motivazione del viaggio

La conoscenza diretta di una delle numerose possibilità di utilizzo dell'Ayahuasca, bevanda sacra comune a tutta l'area Amazzonica, all'interno di un contesto cerimoniale tradizionale altamente organizzato.
La forza terapeutica dell'infuso, la potenza della cerimonia, l'esperienza del gruppo, il contesto d'assunzione contribuiscono a fornire l'opportunità di accedere a stati superiori di consapevolezza, utili per iniziare un profondo esame di coscienza.
La sacralità dell'ayahuasca si rivela permettendoci un naturale e profondo contatto con la nostra parte più intima, un dialogo con il nostro "Io superiore" dal quale scaturiscono importanti messaggi, informazioni e nuove conoscenze. Tutto questo "materiale psichico" ci aiuta a comprendere i cambiamenti necessari da apportare al nostro comportamento e soprattutto come integrarlo poi nella nostra quotidianità e nelle relazioni con la collettività. Un'espansione interiore e al tempo stesso un miglioramento del rapporto con l'esterno e gli altri.
Per chi non ha esperienze con le realtà sciamaniche ed i mondi sottili, l'incontro con il gruppo daimista fornisce un importante contributo. Consigliato vivamente come preparazione a chi intendesse effettuare viaggi più impegnativi (Amazzonia).
Per approfondire consigliamo:
Ayahuasca. La Liana degli Spiriti, ed. Franco Angeli – Collana di Antropologia culturale e sociale. Di Walter Menozzi una delle persone più attivamente e concretamente impegnate nella corretta diffusione di questa antica forma di saggezza. Il libro verrà presentato lunedì 26 luglio 2007 a Roma. In allegato l'invito a partecipare.
Il Maestro della Foresta, ed. Ellin Selae di Adriana Verlanghieri
Le Piante Sacre, *ed. Nautilus di Gilberto Camilla, psicoterapeuta, uno dei massimi esperti in Italia.*
Altrove. Annuario della SISSC (Società Italiana Studio degli Stati di Coscienza). Gli articoli sull'ayahuasca sono presenti nelle pubblicazioni n° 1 – 2 – 5 – 10.

4. Il Settimo Senso

Il settimo senso è una facoltà innata nell'uomo che va oltre i comuni 5 sensi e oltre l'intelletto.
La sua apertura permette di collegarci da soli e senza intermediari a piani superiori di coscienza.
E' il punto in cui la coscienza individuale si fonde con quella universale annullando la separazione tra il nostro essere interiore e la vita all'esterno.
In termini scientifici è il punto in cui il nostro campo energetico si fonde con quello universale.
Nelle tradizioni orientali corrisponde all'apertura del 7° chakra (o sahasrara in lingua sanscrita) che permette alla coscienza stessa di divenire più aperta e permeabile, con meno limiti e meno materialista, più tendente all'infinito e sperimentare stati di consapevolezza ampliata che permettono di accedere alle potenzialità recondite di se stessi.
Una capacità ben nota a molte culture e tradizioni del passato dove a fianco delle attività di sussistenza per la sopravvivenza fisica si svolgevano anche regolari cerimonie, eventi ed attività spirituali nelle quali le persone avevano l'occasione di sperimentare stati sovraordinari di coscienza.
Vivere significava ricercare un'armoniosa sintesi fra ciò che si imparava dalla quotidianità (lato materiale) e le intuizioni riguardanti l'universo, la natura e l'uomo stesso (concetti metafisici).
Tale equilibrio appare totalmente alterato nella nostra ipermaterialistica società che ha smarrito il lume negandosi la possibilità d'accesso al lato trascendentale.
Per offrire soluzioni alla crisi e alle esigenze dell'uomo e della società contemporanea ViaggioterapiA stimola a riprendere la ricerca del profondo, invita ad esplorare i mondi sottili e mira ad offrire la possibilità di vivere esperienze spirituali dirette. Questo perché:

- non vogliamo convincere nessuno solo a parole
- è molto difficile descrivere le dimensioni immateriali in modo comprensibile
- il fattore critico, l'elemento indispensabile di una genuina apertura spirituale sarà sempre e soltanto lo sperimentare personalmente tali sensazioni
- solo rompendo le barriere che ci ingabbiano nell'illusione della materialità, avremo accesso agli stati superiori dell'essere, alla realtà "ultima" fonte di saggezza e vera conoscenza.

Il settimo senso è la porta attraverso la quale accedere alla dimensione immateriale.

5. Sciamanesimo

Antiche sapienze per nuovi orizzonti…

Nell'ottica di ViaggioterapiA, alcune culture del Sud del Mondo, dove è ancora dominante la visione sciamanico/olistica della natura e dell'uomo, possono diventare ciò che è stato l'Oriente negli anni '70: una sorta di approdo psicoterapeutico per occidentali scontenti della propria civiltà, una possibilità per capire-guarire se stessi, un'occasione per recuperare la spiritualità perduta, vero punto cardine di tutta la nostra attività e ricerca.
Le società moderne si sono sempre più allontanate dal contatto con la realtà sottile, dimenticando qualcosa di cui un tempo eravamo consapevoli e finendo per ignorare ogni possibilità di percezione oltre quelle del corpo fisico. Solo le cose che vediamo con gli occhi fisici hanno oggi un nome e sono state, al tempo stesso, trasformate in entità separate dall'Unità originaria. Poiché crediamo di essere individualità distinte dagli altri e dall'ambiente tendiamo a sfruttare i nostri simili e la natura provocando danni al Pianeta e a noi stessi. Così come ci siamo separati dalla Terra allo stesso modo

abbiamo tagliato i ponti con la dimensione del Cielo. Attraverso l'adesione cieca ai condizionamenti religiosi e sociali ci siamo negati l'accesso diretto allo Spirito, rassegnandoci a ricorrere a strutture gerarchiche che detengono il potere spirituale e che pretendono di fungere da intermediarie tra noi e l'infinito.

Nella pratica sciamanica ognuno può ottenere la sua visione ed esperienza spirituale senza mediazioni da parte di strutture prestabilite. Entrare in uno stato sciamanico di coscienza significa muoversi in una condizione di consapevolezza sovraordinaria con una percezione che va ben oltre ciò che i sensi fisici apparentemente segnalano.

Una delle visioni essenziali dello sciamanesimo è che io non sono un essere fisico ma un campo di energia e faccio parte di un Tutto. Un'asserzione totalmente olistica dove non esiste neanche la nozione di "io" quale entità separata dal resto, così come la si intende in occidente.

L'esperienza fondamentale dello stato sciamanico di coscienza è di carattere estatico (nirvana in sanscrito, wajd nell'islam, la samadhi degli yogi). Viene raggiunta con particolari stimoli e all'interno di un contesto rituale. Ogni tradizione utilizza un mix di metodi diversi. Sta a noi cercare e scegliere quello che riteniamo più piacevole o più adatto alla nostra personalità: il canto, la danza, l'utilizzo ripetuto delle percussioni, la meditazione, svariate tecniche di respirazione, digiuni, recitazioni di mantra, posture particolari del corpo e l'utilizzo cerimoniale di piante sacre, il sistema più antico, comune a quasi tutte le culture del passato, più diretto nel fornire profonde introspezioni.

Una volta che si raggiunge lo stato sciamanico, si riescono a creare spazi di vuoto nella coscienza e favorire così l'accesso a nuovi canali di comunicazione.

Inizia qui il compito più arduo: un processo che richiede il nostro totale consenso, a livello individuale. Sta infatti soltanto ad ognuno di noi la scelta se accettare o meno di ricevere i nuovi insegnamenti a patto di sacrificare una parte della nostra vecchia identità.

Se decidiamo di prenderci tale responsabilità con noi stessi vuol dire accettare di divenire una parte cosciente dell'universo, identificarsi con la massima espressione del nostro essere. E' il momento di smettere di considerarci le vittime degli eventi e delle situazioni, di additare sempre gli altri o il destino per ciò che ci accade: basta con le scuse.

E' un processo doloroso per l'ego in quanto l'impossibilità di individuare colpevoli all'esterno gli impedisce di trovare un rifugio per preservare la sua realtà. Allo stesso tempo è un atto di amore per giungere a riscoprire i nostri inesauribili tesori rimasti sepolti nel mondo interiore.

La presa di responsabilità avviene in modo graduale tramite un'opera progressiva di guarigione che, attraverso prove ed esperienze, libera da blocchi e rancori. E' un impegno che richiede pratica e pazienza in quanto si scontra con gli ostacoli (dubbi, paure, incertezze, sfiducia…) messi in piedi dai sistemi di censura dell'ego e con le opposizioni dovute ai condizionamenti culturali di una società ipermaterialistica.

Per coloro che sono disponibili ad aprirsi e che si mettono effettivamente in cammino, le risposte ben presto arrivano in modo inequivocabile e cristallino, permettendoci di ristabilire quel profondo, naturale contatto con la nostra parte più intima, quel dialogo con il nostro "Io superiore" dal quale scaturiscono importanti messaggi, informazioni e nuove conoscenze. Si sviluppano inoltre una gamma personalizzata di strumenti per comprendere i cambiamenti necessari da apportare al comportamento. Sta di nuovo alla nostra volontà ed al nostro impegno il compito di integrarli nella quotidianità e nelle relazioni con chi ci circonda.

5.1 Percorsi sciamanici di viaggio

Un uomo con volontà forte avrà solo un cammino breve,
un uomo debole ed esitante camminerà a lungo in mezzo ai pericoli!

I nostri viaggi offrono l'incontro con antiche culture e medicine tradizionali indigene nelle quali l'uomo e il suo benessere vengono intesi in senso olistico: equilibrio dinamico tra corpo, mente e anima, tra ciò che è dentro e ciò che è fuori di noi, tra materia e spirito, in armoniosa connessione tra l'infinitamente piccolo e l'infinitamente grande…

- La parte principale (e centrale) del viaggio è costituita da esperienze "residenziali" presso sciamani indigeni e/o mestizos.
- Sono viaggi di trasformazione: le sessioni con gli sciamani offrono grandi opportunità per forme di "auto-psicoterapia". Durante le cerimonie emergono quelle che gli sciamani chiamano "visiones" o "miraçoes". Sono visioni profonde verso il nostro mondo interiore e quindi momenti propizi per *riordinare* ciò che abbiamo dentro.
- Prevedono periodi più lunghi rispetto al concetto classico di vacanza. Necessitano infatti di un periodo di digestione delle nozioni e degli insegnamenti ricevuti e questa integrazione va fatta in loco, prima di rientrare in quella che era la quotidianità.

Oltre al contributo dello sciamanismo e l'utilizzo sacro-terapeutico-cerimoniale di sostanze vegetali che rimane il sistema più antico, applicheremo altre tecniche di autoesplorazione.

La meditazione, l'utilizzo di tecniche di respirazione quale il Rebirthing (o Respirazione Olotropica) più efficace del Pranayama-Yoga nel dare risposte in tempi brevi.

Al fine di massimizzare le capacità ricettive del corpo, particolare attenzione verrà data alla corretta alimentazione (fino a momenti di digiunoterapia se opportuni).

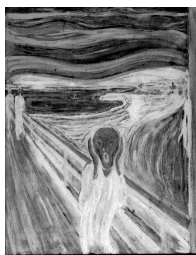
La dieta sarà anche emotiva: allentare le tensioni, astenersi dai conflitti, dai problemi della quotidianità rientrano nella fase di preparazione personale.

Lavoro costante sul sogno, con tecniche di rilassamento e passaggio cosciente al sogno.

Ulteriore contributo verrà fornito dallo studio del Simbolismo Sacro: i significati simbolici universali e peculiari delle culture ospitanti sono forti strumenti per l'insegnamento di verità trascendentali.

6. Organizzazione Periodo Sabbatico

ViaggioterapiA promuove L'ANNO SABBATICO e il PART-TIME VERTICALE

"Nel mezzo del cammin di nostra vita / mi ritrovai che la diritta via era smarrita…",

Inizia così una Commedia "Divina". Oggi è anche una sensazione che un numero sempre maggiore di comuni mortali prova, soprattutto tra le fasce di popolazione economicamente e socialmente più elevate… Quanti si sentono in crisi con il sistema? Quanti continuano semplicemente a "tirare avanti" con la netta sensazione di aver smarrito la bussola? Come non leggere in una società malata un disagio sempre più diffuso, una sorta di "urlo munchiano", un tentativo da parte delle singole coscienze di reindirizzarci sulla "retta via"?
Soluzione? Un break!!! …
La crisi esistenziale si supera con una pausa, un momento per noi stessi: un momento Sacro.
Esortiamo chiunque abbia la possibilità contrattuale (o economica) a sfruttare al meglio tale opportunità e utilizzare periodi di tempo possibilmente lunghi per comprendere l'importanza di iniziare una personale trasmutazione alchemica.
ViaggioterapiA si rende disponibile a fornire tutta l'esperienza e gli strumenti utili per il compimento dell'opera!

7. Formare i Formatori

ViaggioterapiA si pone come obiettivo primario di "formare i formatori".
Per offrire la massima efficacia dei lavori da svolgere abbiamo limitato il numero dei partecipanti ai viaggi. Per diffondere in maniera adeguata tale maggiore consapevolezza, senza dissipare le conoscenze acquisite, riteniamo opportuno selezionare delle categorie privilegiate di persone per professione e capacità di trasmissione degli insegnamenti ricevuti: psicologi, medici, naturopati, operatori del benessere e della salute, insegnanti, operatori socio-sanitari… chiunque sia responsabile della cura o dell'educazione, chiunque possa grazie al suo ruolo incrementare lo stato di coscienza delle persone ed influire correttamente su uno sviluppo più sano, più armonico della società.

8. Altre Iniziative

8.1 Adesione ad alcuni progetti dell'Ass. Vivere con Cura

Principale motivazione l'intuizione e la pratica dello scambio di conoscenze e servizi senza scambio di denaro che ViaggioterapiA condivide pienamente e promuove nell'ottica di fornire esempi concreti di economia alternativa.

8.2 Formazione scolastica (medie e superiori)

Stimolare nelle generazioni future comportamenti di viaggio più etici e di vita più consapevoli

8.3 Lista opere che descrivono Percorsi Iniziatici

Libri – Arte – Film - Cartoni

8.4 Consulenza viaggi

Sono pochi i viaggiatori che si muovono verso i paesi del sud del mondo, soprattutto quando si tratta di viaggi impegnativi e con intenti di Trasformazione Personale. Scarsa conoscenza della lingua, insicurezza, mancanza di compagni disposti a condividere esperienze forti, tempo richiesto per la preparazione e pianificazione itinerario, costo dei mezzi di trasporto… sono alcune tra le motivazioni principali.
ViaggioterapiA ha reso operativo uno "sportello telefonico" attivo 24/7 per fornire consulenze e consigli utili a 360°, per viaggi individuali, tour per piccoli gruppi precostituiti e, primo in Italia, per periodi sabbatici.

www.viaggioterapia.eu *(in costruzione)*

Gianluca *H.* Curzi

tel. 3200335673 - mail. settimosenso@alice.it

UN' ESPERIENZA CON LA KETAMINA

di G.i.A. Psicologo

Ore 9:30. Avevo deciso di prendere la ketamina in quanto mi sentivo abbastanza tranquillo, avevo fatto colazione con un po' di caffèlatte e qualche biscotto alle 7:00 e avevo tutta la giornata libera. In casa, al piano inferiore, c'era mio fratello che dormiva e i miei sarebbero rientrati per le 12:00. L'esperienza si è svolta nella mia camera che è una soffitta abbastanza grande con bagno adiacente.

La dose utilizzata, approssimativamente, era ¼ di grammo (ma non posso esserne sicuro) per via nasale.

Devo dire che questa era la seconda volta che provavo la ketamina. La prima volta però, circa un mese prima, non mi fece nessun effetto, a parte una leggera euforia. Ne avevo presa meno della metà della dose di quest'ultima esperienza.

La ketamina ha cominciato a fare effetto in pochi minuti e senza che me ne rendessi conto era già salita.

Mi aspettavo tutto un altro effetto, in base a quanto mi avevano detto e a quanto avevo letto a riguardo. Credo che quanto mi è capitato sia dovuto ad una dose troppo forte e quasi anestetica.

Più che un esperienza psichedelica è stata un esperienza oniroide/delirante. Avevo già provato i funghi psilocibe (messicani) e quindi mi rendevo conto che quanto mi stava succedendo era totalmente diverso, molto più forte e sconvolgente.

Per prima cosa avevo difficoltà a muovermi, mi pareva di essere un burattino, mi muovevo ad intermittenza. Avete presente il film " Paura e delirio a Las Vegas"? A me sembrava di essere l'attore di quel film.

La vista era come annebbiata e vedevo gli oggetti e i poster delle pareti in movimento.

Al inizio avevo una leggera tachicardia e difficoltà a deglutire la saliva (la lingua mi sembrava anestetizzata). Ho provato a bere un po' d'acqua. Ho provato a sdraiarmi sul letto nella posizione di sicurezza in caso mi fossi addormentato e avessi vomitato. Una leggera nausea a cominciato a salire fino a farmi correre (almeno credo) in bagno. In questa fase mi sono reso conto che la droga era salita, non riuscivo a capire se però fosse un sogno.

Quando sono arrivato in bagno e mi sono messo con la testa sopra il water ho visto un vortice, mi sembrava di poterci saltare dentro, ero tentato ma con notevole sforzo mentale mi sono detto che era solo un allucinazione e mi sono seduto a terra.

La nausea era molto forte e credo di aver vomitato parecchie volte (non sapevo il perché del vomito, non mi ricordavo di averlo letto o sentito per la ketamina, avevo mangiato poco quasi 2 ore e mezza fa, ho preso un po' di paura, allora mi sono ricordato che anche con altre sostanze la nausea e il vomito sono possibili, come i funghi o l'Ayahuasca ecc.. mi sono un po' tranquillizzato). Non riuscivo a capire se stavo vomitando realmente, mi sembrava veramente tutto un sogno. A volte era come se mi svegliassi e pensassi: " per fortuna è solo un sogno, adesso mi posso svegliare.." Aprivo gli occhi e vedevo tutto in movimento, allora capivo che non era un sogno.

Ho cominciato ad avere un po' di paura perché credevo di essere osservato da mio fratello e che stesse arrivando l'autoambulanza, anzi ne ero convinto. Ad un certo punto ho cominciato a pensare di essere in un ospedale, e che mi stessero guardando. Non distinguevo più la realtà dal sogno. Allora ho ritrovato un po' di lucidità cercando di pensare che avevo preso una droga e che tutto ciò era dovuto ad essa, almeno lo speravo.

Sapevo, da quello che avevo letto, che la durata della ketamina è circa di un ora, riuscivo anche a capire che la dose che avevo preso era troppo forte e quindi pensavo che i movimenti a intermittenza, la stanchezza fossero dovuti all' effetto anestetico. Questo mi tranquillizzava un po'. Una cosa di cui mi sono pentito è stata l'aver tolto l'orologio prima di iniziare. Per fortuna avevo messo un cd che durava circa 50 minuti e che mi ha fatto da guida temporale. La musica la sentivo abbastanza bene, a tratti il suono si allontanava altre volte rallentava. Ascoltare la musica mi dava una certa sicurezza di essere ancora vivo e ogni tanto provavo a cantare qualche parola per sentire se ero diventato uno spirito o esistevo ancora. Il tempo era dilatato, mi sembrava non avesse più senso.

E' stato circa a metà esperienza (ripensandoci dopo..) che non riuscivo più a capire se avevo un corpo o ne ero uscito. Ho cominciato a sentirmi parte dell' universo. Quando avevo guardato nel water volevo saltarci dentro perché mi sembrava di essere nello spazio, in qualche galassia.

A volte mi sembrava, o lo pensavo, di vedermi nella stanza da fuori di me. Ho cominciato allora a pensare a ciò che avevo letto riguardo le teorie di S. Grof, questo mi ha aiutato a mantenere la calma e a non aver paura di impazzire.

Credo sia stato fondamentale, per me, l'aver letto molto dei vari Psiconauti del passato, Grof, Leary, Watts ecc…

Pensare che qualcun altro avesse già sperimentato queste cose mi dava una forte rassicurazione e mi ha impedito di sprofondare nel terrore di stare morendo o di impazzire per sempre. Il lasciarmi andare perché mi dicevo era tutto dovuto alla droga è stato anch'esso utilissimo.

La nausea era sempre presente e molto forte. Ogni volta che cercavo di distendermi sul letto (ma non ero sicuro se lo stessi facendo realmente), dovevo tornare a vomitare in bagno, quindi credo di essere stato gran parte del tempo, seduto sul pavimento.

Ogni tanto, quando ero più lucido, cercavo di guardarmi allo specchio e bagnarmi il viso. Mi vedevo deformato, con le lacrime, se mi toccavo con un po' d'acqua mi sembrava di avere le mani moncate (forse, pensavo, per l'anestesia).

Ad un certo punto c'è stata la convinzione che stessi ripetendo le stesse azioni (alzarmi, muovermi a intermittenza verso il letto, sdraiarmi, rialzarmi subito e andare a vomitare, sedermi vicino il water), come in un incubo in cui si pensa di essersi risvegliati e poi si scopre di star sognando e di essersi risvegliati solo dentro il sogno. Questo si ripete, nel mio caso per 3 volte, da quello che mi ricordo. E' stato il momento, credo, più traumatico in cui ho perso proprio il contatto con la realtà, in cui non riuscivo proprio a capire dov'ero e cos'ero, i pensieri scorrevano a fiumi.

Un'altra cosa importante mi è successa quando ho cominciato a “sentirmi” pensare come 2 dei pazienti ricoverati nella comunità psichiatrica in cui lavoro. Credevo o di essere entrato in loro e sentire cosa stesero pensando, oppure che fossero loro ad essere entrati in me e pensare nel mio corpo. Non capivo. Mentre cominciavo ad aver paura di non tornare più in me stesso, ma di svegliarmi e pensare per sempre come loro, mi sono rassicurato un po' pensando, ancora, alle letture su Grof e mi sono concentrato su me stesso cercando di pensare a come penso io. Non è facile da spiegare… spero di aver reso l'idea.

Ad un certo punto la musica è cessata, dovevano quindi essere circa le 10:15, pensavo fosse passato un secolo, ma cercando di essere lucido ho pensato che allora l'effetto sarebbe finito a breve. Ho cominciato a capire che allora forse non ero morto, perché ogni tanto me lo chiedevo.

Non sapevo se durante l'esperienza avessi tenuto gli occhi aperti o chiusi. Quando però la musica è cessata, consciamente li ho aperti e ho visto che girava ancora tutto. Allora li ho chiusi e sempre stando seduto nel pavimento ho aspettato.

L'effetto della ketamina stava diminuendo, riuscivo a capirlo, almeno a livello mentale. Se mi muovevo, barcollavo ancora e ho vomitato, questa volta me ne rendevo conto, per l'ultima volta prima che finisse tutto.

Mi sono sciacquato il viso e guardato allo specchio, mi vedevo più normale.

Nel giro di 10 minuti tutto è finito (ero tornato alla realtà), tranne il senso di nausea, anche se più leggero. Mi sono allora, veramente, steso sul letto e rilassato un po'. Verso le 12:00 ho bevuto una tazza di thè con limone, non ho potuto mangiare niente fino le 16:00 perché solo sentire l'odore di cibo mi dava il voltastomaco. Ho riposato tutto il pomeriggio. Ho notato che stando disteso sul letto ad occhi chiusi, ascoltando la musica, mi comparivano dei film tipo cartone animato che andavano a tempo di musica, come se stessi guardando la TV , molto reali nei dettagli, ma appena aprivo gli occhi scomparivano.

Per concludere vorrei dire che questa è stata un esperienza molto forte, in cui a volte mi sono veramente spaventato. Nonostante ciò ho imparato alcune cose:

- Per prima cosa mi sono conosciuto come mai prima di allora, sono riuscito a mantenere la calma anche quando era veramente difficile. Può essere stata fortuna, non lo so.

Non essendo uno psicanalista, avendo scelto un indirizzo diverso, non so se ci sia qualcosa nel mio inconscio che abbia diretto il viaggio in questo modo. (una cosa, ad esempio, che non mi spiego è il vomito, non so se sia stato per la droga o per altro…)

- Non rifarò mai più una cosa del genere da solo, senza una guida. Questo perché, l'aver avuto qualcuno al corrente della situazione e che l'avesse già provata su se stesso, avrebbe sicuramente reso alcune parti del viaggio più rassicuranti. Soprattutto quelle dove il confine tra realtà e fantasia si era dissolto.

Questa guida avrebbe potuto dirigere il viaggio in territori magari più utili. Questo è il caso della psicoterapia ad esempio.

- Credo sia stato molto importante per me aver utilizzato delle “strategie” (il pensare che ero sotto l'effetto della sostanza, l'aver letto abbastanza a riguardo, il pensare a certe teorie di vari autori ecc..). Anche se quello che pensavo non fosse stato vero (ad esempio ho attribuito l'incapacità di muovermi all'anestesia..), questo mi ha permesso di non farmi prendere dal panico e fare delle cose pericolose o sbagliate. Ripensandoci, a momenti mi veniva voglia di chiedere aiuto, cosa che sicuramente avrebbe peggiorato le cose, ma proprio pensando a queste “strategie” non l'ho fatto. C'è stata una volta che ho pensato che non sentivo dolore, non voglio pensare a cosa avrei potuto fare, preso dal panico, per vedere se ero ancora vivo.

Spero che questo racconto, sebbene sia solo una piccolissima parte di ciò che mi è successo, di cui ho un ricordo e che forse non ho saputo trascrivere con molta chiarezza, possa essere utile a chi volesse provare di persona, ma soprattutto possa far riflettere sulla possibile pericolosità di un esperienza del genere se condotta con superficialità.